

Приложение к ООП ООО МАОУ СОШ № 17 города Липецка

**Рабочая программа по внеурочной деятельности «Психология
общения» общекультурной направленности
для учащихся 5-х классов.**

2018/2019 уч.год.

Планируемые результаты освоения учащимися программы внеурочной деятельности.

Личностные результаты:

- готовность и способность обучающихся к саморазвитию,
- сформированность мотивации к учению и познанию,
- ценностно-смысловые установки выпускников начальной школы, отражающие их индивидуально-личностные позиции;
- социальные компетентности, личностные качества;
- сформированность основ российской, гражданской идентичности.
- сформированность у обучающихся уважения и интереса к чувствам других людей;
- сформированность умения анализировать свое поведение на основе общих морально-нравственных понятий (о добре и зле, должном и недопустимом);
- сформированность уважительного отношения к отличительным особенностям чувств и эмоций других людей;
- сформированность у обучающихся мотивации к изучению психологии, с целью самосовершенствования и дальнейшей самореализации;
- сформированность у обучающихся готовности и способности к духовному развитию;
- сформированность нравственных качеств обучающихся, основанных на духовных традициях, внутренней установке личности поступать согласно своей совести;
- сформированность у обучающихся мотивации к обучению и познанию.

Метапредметными результатами изучения курса является формирование универсальных учебных действий (УУД).

Регулятивные УУД:

- осознавать свои личные качества, способности и возможности
- осознавать свои эмоциональные состояния и учиться саморегуляции
- овладевать навыками саморегуляции в общении со сверстниками и учителями

- научиться контролировать собственное агрессивное поведение
- осознавать свою долю ответственности за чувства, мысли и поступки.
- учиться прогнозировать последствия собственных поступков.

Познавательные УУД:

- учиться осознавать и анализировать изменения в самом себе
- планировать свою учебную деятельность с учетом индивидуального стиля учебной деятельности
- адекватно воспринимать оценки учителей
- уметь распознавать чувства других людей
- обогатить представления о собственных ценностях и их роли в жизни
- уметь формулировать собственные проблемы

Коммуникативные УУД:

- учиться строить взаимоотношения с окружающими
- учиться конструктивно разрешать конфликтные ситуации
- учиться правильно вести себя в ситуации проявления агрессии со стороны других
- учиться самостоятельно решать проблемы в общении с друзьями
- формулировать свое собственное мнение и позицию
- учиться толерантному отношению к другому человеку

Предметные результаты:

- **психологические знания** (понятия, факты, идеи, законы науки психологии, способы психической деятельности),
- **психологические умения** (чем для самого человека становятся те знания и способы действия, которые он приобретает в процессе обучения),
- **навыки** (привычка мыслить и действовать в соответствии с психологической культурой),
- **опыт творческой самодеятельности,**
- **овладение культурой психической деятельности,**
- **формирование эмоционально-целостного отношения** к психологической реальности и действительности в целом.

Качества личности, которые могут быть развиты у обучающихся в результате занятий:

- дружелюбное отношение к другим людям;
- познавательная, творческая, общественная активность;
- самостоятельность (в т.ч. в принятии решений);
- умение работать в сотрудничестве с другими, отвечать за свои решения;
- коммуникабельность;
- уважение к себе и другим;
- личная и взаимная ответственность;
- готовность действия в нестандартных ситуациях.

Содержание.

Вводное занятие. Я - пятиклассник. Знакомство с курсом внеурочной деятельности. Формирование психологических условий развития общения, кооперации сотрудничества: - доброжелательность, доверие и внимание к людям, готовность к сотрудничеству и дружбе, оказанию помощи тем, кто в ней нуждается; уважение к окружающим умение слушать и слышать партнера, признавать право каждого на собственное мнение и принимать решения с учетом позиций всех участников. **-1ч.**

Что такое 5 класс? Понятия о правилах и поведении в пятом классе, на уроках, переменах, в столовой, уважительное отношение к одноклассникам; педагогам; обслуживающему персоналу. **-1 ч.**

Мы и наши близкие. Развитие ценностно-смысловой сферы личности на основе общечеловеческой нравственности и гуманизма: принятие и уважение ценностей семьи и общества, школы и стремление следовать им; ориентация в нравственном содержании и смысле поступков; формирование чувства прекрасного и эстетических чувств. **-1 ч.**

Мы и наше настроение – от кого и от чего оно зависит. Формирование чувства ответственности за свои дела и поступки, понятие что такое настроение, формирование чувства коллективизма, общности, высокой контактности в коллективе. **-1 ч.**

Мы и наши привычки (режим дня). Почему важно соблюдать режим, для чего это необходимо человеку, какие качества формирует в человеке режим дня. -1ч.

Мы и наши привычки (правила личной гигиены). Формирование культуры, правил личной гигиены, формирование понятий: гигиена. – 1ч.

Мы и наши привычки (правила рационального питания). Что мы знаем о правильном питании, какие продукты полезны, каковы правила правильного питания. - 1ч.

Мы, наши недостатки и достоинства. Развитие умения учиться как первого шага к самообразованию и самовоспитанию: развитие широких познавательных интересов, инициативы и любознательности, мотивов познания и творчества. – 1ч.

Мы, наши права и обязанности. Формирование умения учиться и способности к организации своей деятельности. Развитие самостоятельности, инициативы личности как условия ее самоактуализации, самоорганизации. -1ч

Мы и наш класс. Формирование уважительного отношения к одноклассникам, умение вовремя прийти на взаимовыручку, взаимопомощь, взаимоподдержку, формирование чувства коллективизма, сострадания, толерантности, милосердия к окружающим. -1ч.

Введение в мир психологии. Зачем человеку нужны занятия психологией? Формирование самоуважения и эмоционально-положительного отношения к себе; готовность открыто выражать и отстаивать свою позицию; критичность к своим поступкам и умение адекватно их оценивать; готовность к самостоятельным действиям, ответственность за их результаты; целеустремленность и настойчивость в достижении целей. – 1ч.

Кто я, какой я? Составление психологического портрета, формирование умения оценивать сильные и слабые стороны, познавать свой темперамент, характер, формирование адекватной самооценки. – 1ч.

Я могу. Развитие сильных качеств личности, формирование умений готовности к преодолению трудностей; умение противостоять действиям и

влияниям, представляющим угрозу жизни, здоровью и безопасности личности и общества в пределах своих возможностей. - **1ч.**

Я нужен! Формирование чувства нужности, полезности обществу, развитие представлений о том, что каждый человек приносит пользу обществу. - **1ч.**

Я мечтаю. Релаксационно-тренинговое занятие, снятие усталости, развитие фантазии, творчества. -**1ч.**

Я – это мои цели. Развивать умение ставить цель, добиваться результатов, формирование понятий, что такое цель? – **1ч.**

Я – это мое детство. Тренинговое занятие, арт-терапия, рисунок детства с чем оно связано, формирование представлений о детстве. - **1ч.**

Я – это мое настоящее. Я – это мое будущее. Формирование представлений о настоящем и будущем, развитие творчества, фантазии. – **1ч.**

Я имею право чувствовать и выражать свои чувства. Чувства бывают разные. Формирование представлений о чувствах; развитие представлений о чувствах. – **1ч.**

Стыдно ли бояться. При каких условиях человек боится, что в этот момент сделать, как преодолеть чувство страха. – **1ч.**

Как перестать сердиться и обижаться? Что такое обида, какими бывают обиды, как уметь прощать и для чего это надо. – **1ч.**

Я и мой внутренний мир. Каждый видит мир и чувствует по-своему. Тренинговое занятие формирование собственного «Я» моего внутреннего мира. – **1ч.**

Любой внутренний мир ценен и уникален. Формирование представлений о внутреннем мире человека, развитие чувства уважения к окружающим. -**1ч.**

Кто в ответе за мой внутренний мир? Трудные ситуации могут научить меня. Формирование представление от том, чему могут научить человека трудные ситуации, формирование понятий что такое трудная ситуация и способах выхода из нее. – **1ч.**

В трудной ситуации я ищу силу внутри себя. Развитие представлений о том, что значит сила внутри себя. – **1ч.**

Я и ты. Я и мои друзья. Формирование чувства общности, дружелюбия, формирование представлений о том, что такое дружба. – 1ч.

У меня есть друг. Рассказы о друзьях, кто они, какие они. – 1ч.

Я и мои «колючки». Развитие представлений о негативных чертах характера, как их искоренять. – 1ч.

Что такое одиночество? Почему люди одиноки, от чего это зависит, как этого избежать. – 1ч.

Я не одинок в этом мире. Развитие представлений о том, что человеку важно быть в окружении для чего это необходимо. – 1ч.

Мы начинаем меняться. Нужно ли человеку меняться? Формирование представлений о том почему мы меняемся, с чем это связано. – 1 ч.

Самое важное – захотеть меняться. Формирование представлений о желании меняться, для чего человеку это необходимо.- 1ч.

Итоговое занятие. Подведение итогов о том , что узнали, нового, чему научились, «шеринг» - получение обратной связи. – 1ч.

Форма проведения данной программы внеурочной деятельности – занятия с элементами тренинга, игра, практикум.

Формы проведения занятия

- Групповые занятия под руководством педагога-психолога (обучение в сотрудничестве).
- Самостоятельная работа.
- Работа в парах.
- Коллективные обсуждения и дискуссии.

**Тематическое планирование программы по психологии
для 5 класса, 1 час в неделю, всего: 34 часа.**

№	Дата	Содержание программы	Количество часов	Дата
1. Я - пятиклассник			10	
1.1		Давайте познакомимся	1	3.09
1.2		Что такое 5 класс?	1	10.09
1.3		Мы и наши близкие	1	17.09
1.4		Мы и наше настроение – от кого и от чего оно зависит	1	24.09
1.5		Мы и наши привычки (режим дня)	1	1.10
1.6		Мы и наши привычки (правила личной гигиены)	1	15.10
1.7		Мы и наши привычки (правила рационального питания)	1	22.10
1.8		Мы, наши недостатки и достоинства	1	29.10
1.9		Мы, наши права и обязанности	1	05.10
1.10		Мы и наш класс	1	12.11
2. Введение в мир психологии			9	
2.1		Зачем человеку нужны занятия психологией?	1	19.11
2.2		Кто я, какой я?	1	26.11
2.3		Я могу	1	3.12
2.4		Я нужен!	1	10.12
2.5		Я мечтаю	1	17.12
2.6		Я – это мои цели	1	24.12
2.7		Я – это мое детство	1	14.01
2.8		Я – это мое настоящее. Я – это мое будущее	1	21.01
2.9		Я и мои родные	1	28.01
3. Я имею право чувствовать и выражать свои чувства.			3	
3.1		Чувства бывают разные	1	04.02

3.2		Стыдно ли бояться	1	11.02
3.3		Как перестать сердиться и обижаться?	1	18.02
4. Я и мой внутренний мир			2	
4.1		Каждый видит мир и чувствует по-своему	1	25.02
4.2		Любой внутренний мир ценен и уникален	1	04.03
5. Кто в ответе за мой внутренний мир?			2	
5.1		Трудные ситуации могут научить меня	1	11.03
5.2		В трудной ситуации я ишу силу внутри себя	1	18.03
6. Я и ты			5	
6.1		Я и мои друзья	1	25.03
6.2		У меня есть друг	1	01.04
6.3		Я и мои «колючки»	1	08.04
6.4		Что такое одиночество?	1	15.04
6.5		Я не одинок в этом мире	1	22.04
7. Мы начинаем меняться			3	
7.1		Нужно ли человеку меняться?	1	29.04
7.2		Самое важное – захотеть меняться	1	06.05
8. Итоговое занятие. Подведение итогов; получение обратной связи.			1	13.05.
Итого:			34	